


|   |  |                        |     |
|---|--|------------------------|-----|
| <br>ALCALDÍA DE<br>SANTIAGO DE CALI<br>DESARROLLO SOCIAL<br>SERVICIO DE SALUD<br>PÚBLICA | MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION<br>(MIPG)<br><br>INFORME DE INTERVENCIONES DEL<br>GRUPO SALUD PÚBLICA | MMDS01.03.15.P002.F054 |     |
|   |  | VERSIÓN                | 002 |

## TIPO DE INTERVENCIÓN

Sensibilización ☐ Capacitación ☐ Acompañamiento ☒ Seguimiento ☐ Jornada ☐

Otro, Cuál: \_\_\_\_\_

Virtual: ☐ Presencial: ☒ Individual: ☐ Colectiva: ☐

## DATOS DEL ENTORNO

Educativo: ☐ Comunitario: ☐ Laboral ☐ Institucional: ☒ Otro: \_\_\_\_\_

**FECHA:** 09/May/2025 **HORA:** 09:00 am a 11:00 am

**LUGAR:** FUNDACION HORIZONTE MAYOR

**Nombre Representante del Escenario:** LEONOR CUÉLLAR GÓMEZ

**teléfono:** 3105216003


| COMUNA | INSTITUCIÓN               | SEDE           |
|--------|---------------------------|----------------|
| 19     | FUNDACION HORIZONTE MAYOR | SEDE PRINCIPAL |

## 1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION:

Se realizo visita de acompañamiento para la para la asistencia técnica en CPSAM desde la perspectiva de actividad física y estilos de vida saludable, donde se abordaron aspectos como: Promoción de Hábitos Saludables, Diagnóstico de Necesidades, Capacitación y Formación, Adaptación Territorial.

**2. OBJETIVO:** promover la salud y el bienestar integral de la población atendida en el CPSAM a través de la actividad física y la adopción de estilos de vida saludables.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

|   |  |                        |     |
|---|--|------------------------|-----|
| <br>ALCALDÍA DE<br>SANTIAGO DE CALI<br>DESARROLLO SOCIAL<br>SERVICIO DE SALUD<br>PÚBLICA | MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION<br>(MIPG)<br><br>INFORME DE INTERVENCIONES DEL<br>GRUPO SALUD PÚBLICA | MMDS01.03.15.P002.F054 |     |
|   |  | VERSIÓN                | 002 |

### 3. CONTENIDOS:

- Presentación del equipo interdisciplinario de la secretaria de salud municipal
- Se realizan preguntas sobre el manejo de EVS en la población ahí impactada.
- Se realiza Socialización de la actividad física como principal elemento proyectivo para mantenimiento de la salud en la población.

### 4. METODOLOGÍA:

Se realiza de forma presencial abordando temáticas con lenguaje claro, se realizan preguntas de conocimiento general y se da retroalimentación del tema.

### 5. DESARROLLO DE LA INTERVENCION:

- Se inicia dando a conocer como el movimiento activo en el curso de vida vejez donde este es esencial para mantener una buena salud física, mental y emocional.
- Se indica que para mejorar la calidad de vida a través de la actividad física y estilos de vida saludable es importante:


**Promoción de Hábitos Saludables:** Incluir estrategias de información, educación y comunicación (IEC) para fomentar la alimentación adecuada, la actividad física regular y otros hábitos saludables.

**Diagnóstico de Necesidades:** Evaluar las condiciones de salud y bienestar de los participantes, identificando factores como el sedentarismo, malnutrición y hábitos alimenticios desestructurados.

**Capacitación y Formación:** Implementar programas de capacitación que incluyan conceptos básicos de hábitos saludables y componentes generales para la práctica de actividad física (a los cuidadores).

**Adaptación Territorial:** Ajustar las estrategias a las necesidades específicas del

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

|   |  |                        |     |
|---|--|------------------------|-----|
| <br>ALCALDÍA DE<br>SANTIAGO DE CALI<br>DESARROLLO SOCIAL<br>SERVICIO DE SALUD<br>PÚBLICA | MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION<br>(MIPG)<br><br>INFORME DE INTERVENCIONES DEL<br>GRUPO SALUD PÚBLICA | MMDS01.03.15.P002.F054 |     |
|   |  | VERSIÓN                | 002 |


contexto territorial, asegurando cambios comportamentales sostenibles

Dentro de las actividades para la implementación se debería de tener en cuenta:

- Ejercicio regular: Actividades como caminar, nadar, yoga o tai chi son ideales para mejorar la movilidad y el equilibrio.
- Rutinas adaptadas: Es importante que las actividades sean adecuadas a las capacidades físicas de cada persona. Consultar con un médico o fisioterapeuta puede ser útil.
- Socialización: Participar en grupos de ejercicio o actividades comunitarias fomenta la interacción social y el bienestar emocional.
- Variedad: Combinar ejercicios de fuerza, flexibilidad y resistencia para trabajar diferentes áreas del cuerpo.
- Hidratación y descanso: Mantenerse hidratado y descansar adecuadamente después de las actividades.

Efectos positivos sobre la salud:

- Físicos: Mejora la circulación, fortalece los músculos y huesos, y ayuda a prevenir enfermedades crónicas como la diabetes y la hipertensión.
- Mentales: Reduce el riesgo de depresión y ansiedad, y puede mejorar la memoria y la función cognitiva.
- Sociales: Promueve la interacción con otras personas, lo que puede reducir la sensación de soledad.
- Calidad de vida: Aumenta la autoestima y proporciona una sensación de logro y

|  |  |                        |     |
|--|--|------------------------|-----|
| <br><b>ALCALDÍA DE<br/>SANTIAGO DE CALI</b><br><b>DESARROLLO SOCIAL<br/>SERVICIO DE SALUD<br/>PÚBLICA</b> | <b>MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION<br/>(MIPG)</b><br><br><b>INFORME DE INTERVENCIONES DEL<br/>GRUPO SALUD PÚBLICA</b> | MMDS01.03.15.P002.F054 |     |
|  |  | VERSIÓN                | 002 |

bienestar.

## **6. RESULTADOS ALCANZADOS:**

- Se logra dar claridad a la responsable de la institución sobre estrategias para mejorar la calidad de vida de los asistentes de la institución.
- Se deja de tarea la retroalimentación física sobre las actividades socializadas durante la visita.


### **6.1.Cumplimiento de objetivos:**

- Se logro dar un gran impacto con la socialización sobre las acciones encaminadas a mejorar los estilos de vida activa a través de la actividad física y estilos de vida saludable a la población atendida en la institución y los derechos y deberes de los familiares.

## **7. REGISTRO FOTOGRÁFICO**

### **7.1.Evidencias Mecanismos de convocatoria**

**n/a**

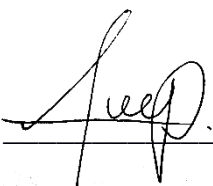
|  |  |                        |     |
|--|--|------------------------|-----|
| <br><b>ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI</b><br><b>DESARROLLO SOCIAL</b><br><b>SERVICIO DE SALUD PÚBLICA</b> | <b>MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG)</b><br><br><b>INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA</b> | MMDS01.03.15.P002.F054 |     |
|  |  | VERSIÓN                | 002 |

## 7.2 Evidencias del desarrollo de la Intervención

\*Fotografía: Pie de foto con descripción



Visita a CPSAM FUNDACION HORIZONTE MAYOR

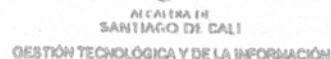
Firma 

**Nombre: Heiberth Andres Perez Zúñiga**

**Cargo: Contratista – fisioterapeuta**

NOTA: Se anexa listado de asistencia compuesto por No. (1) folios.

\*Se anexa listado de asistencia de manera Horizontal



MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN  
(MIPG)

MAGT04.03.P003.F007

VERSION

002

### LISTADO DE ASISTENCIA

ACTA DE REUNIÓN 4143.020.14.

FECHA: 09/NOV/2025

HORA INICIAL: 09:03:00

HORA FINAL: 11:00 Qm

LUGAR: *Fundacion Horizonte*  
*Mayo*

**OBJETIVO:** Promover la Salud y el bienestar integral de la población atendida en el EPSAM a través de la actividad física y la adopción de estilos de vida saludables.

## ASISTENTES

| Nº | Nombre                 | Organismo/Entidad      | Teléfono   | Correo Electrónico                 | Firma       |
|----|------------------------|------------------------|------------|------------------------------------|-------------|
| 1  | Leonora Cuellar        | FUND. Horizontes Mayor | 3108292965 | leonora.cuellar@CorreoUniv.s.edu.e |             |
| 2  | Heibelth Andrey PITA L | SSPD - EUS             | 3184020513 | andrey.pita707@hotmail             | Heibelth    |
| 3  | Esteban Piomba Cruz    |                        | 3193569435 | estebanpiombacruz@gmail.com        | Esteban     |
| 4  | Julio Cesar Amador S.  | SSPD- Gestor de Medio  | 3178846314 | julioamador@guar.com               | Julio Cesar |
| 5  | Adalberto Amador S.    | SSD RIAPMU             | 3016608298 | adalberto.amador@guar.com          | Adalberto   |